NGUYỄN VĂN NGỌC

BÌNH ĐỊNH

Chân Truyền

Song Tô Phượng Dực

Quyền Tứ Hải

NHÀ XUẤT BẢN MŨI CÀ MAU

LÃO VÕ SƯ
NGUYỄN VĂN NGỌC

BÌNH ĐỊNH
CHÂN TRUYỀN

TẬP II

NHÀ XUẤT BẢN MŨI CÀ MAU



***Võ sư* NGUYỄN VĂN NGỌC**

Chưởng môn võ đường Kim Sơn. Thành viên Ban Cố Vấn Võ thuật Sở TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.

Người xã Phước Hòa - quận Tuy Phước - tỉnh Bình Định. Ông học võ từ năm 8 tuổi, do cha truyền lại kiến thức võ học căn bản. Từ nền tảng nầy, Ông theo học với nhiều võ sư khác và đã hấp thụ được khá nhiều tinh hoa của võ thuật Tây Sơn.

- Biểu diễn bài SONG TÔ PHƯỢNG DỰC - *HLV :* KIM LONG

- Biểu diễn bài Thảo bộ TỨ HẢI - *HLV :* KIM NGHĨA

LỜI TỰA

Qua lịch sử dựng nước và giữ nước của dân tộc Việt Nam, chúng ta biết có rất nhiều môn võ công mang tính đặc thù của dân tộc Việt. Và cách đây hơn 200 năm sau khi người anh hùng Nguyễn Huệ phất cờ khởi nghĩa thống nhất đất nước, chúng ta lại biết đến một môn võ công mới, xuất phát từ đất Tây Sơn gọi là võ Bình Định. Trong môn võ này những tinh hoa võ thuật của tiền nhân lại được đúc kết để tạo nên một sắc thái mới phù hợp với bối cảnh lịch sử thời đó và nhất là phù hợp với tầm vóc của người Việt.

Thời gian qua nhanh kéo theo bao sự đổi thay thăng trầm của thế sự, môn võ Bình Định cũng không nằm ngoài qui luật đó. Các bậc tiền bối đã ra người thiên cổ, do vậy võ Bình Định dù ít dù nhiều cũng bị mai một thất truyền . Những ai may mắn được kế thừa võ công của các tiền bối cũng đều mong muốn những tinh hoa nầy được tiếp tục giữ gìn một cách trân trọng và cách hay nhất vẫn là truyền thụ lại cho các thế hệ mai sau.

Với mục đích đó, Chưởng môn phái Kim Sơn Bình Định – Lão võ sư **NGUYỄN VĂN NGỌC** góp phần vào việc phục hưng và phát triển môn võ Bình Định đã từng một thời là phương tiện dựng nước và giữ nước của ông cha ta, đó là việc cho ra mắt quí độc giả yêu chuộng võ thuật sách võ **Bình Định Chân Truyền - Tập II**.

Tập nầy gồm 2 bài :

Bài một là bài **SONG TÔ PHƯỢNG DỰC** rất đặc sắc, tiêu biểu, một loại vũ khí ngắn nhưng rất lợi hại. Bài nầy vừa có tính mềm mại vừa có tính mãnh liệt. Bài hai là bài thảo bộ **TỨ HẢI**, bài quyền nầy vừa có nét uyển chuyển kết hợp công thủ vừa phản tránh lanh lẹ thích hợp cho cả nam lẫn nữ, phù hợp thể trạng của người Việt Nam.

Hai bài thảo nói trên được võ sư **Nguyễn Văn Ngọc** chỉ đạo biên soạn dựa trên sự hiểu biết và sự chỉ dạy của thân sinh ông là cố võ sư **Nguyễn Thiệp**, sinh năm 1860 - một võ sư danh tiếng ở Bình Định vào thế kỷ XIX.

Chúng tôi xin biên soạn hai bài võ nầy mong rằng quí độc giả yêu chuộng võ thuật tham khảo.

Trong lần xuất bản đầu tiên nầy sẽ không tránh khỏi những sai sót, chúng tôi mong nhận được sự phê bình góp ý của các bạn và các võ sư đồng nghiệp gần xa để lần xuất bản sau được hoàn chỉnh hơn.

Xin chân thành cảm ơn các cá nhân, cơ quan đoàn thể đã giúp chúng tôi trong việc cho ra mắt quí độc giả tập sách nầy.

Các đệ tử Kim Thoa, Kim Long, Kim Nghĩa viết theo hướng dẫn của lão võ sư NGUYỄN VĂN NGỌC.

LỜI THIỆU

BÀI SONG TÔ PHƯỢNG DỰC:

- *Hồi đầu bái Tổ.*
- *Phượng hoàng xuyên vân thủ.*
- *Khấu địa nhất thức phi.*
- *Nhị biên liên đồng thủ.*
- *Hồi long biên quá hải.*
- *Đả phá tam môn chùy.*
- *Đáo lai tam chiến đả.*
- *Hồi vĩ phượng đảo môn.*
- *Phượng loan xuyên phong vũ.*
- *Phản địa phiêu thân cước.*
- *Phượng dực đáo lai chùy.*

HỒI ĐẦU BÁI TỔ



Hình 1

- **TƯ THẾ CHUẨN BỊ :**

Đứng lập tấn, tay trái cầm song tô, tay phải rút lên ngang hông.

- Bước chéo chân trái lên trước, tay phải choàng qua trái bàn tay xòe đặt trên cán song tô.



Hình 2



Hình 3

- Bước chân phải tới trước đưa song tô lên chào.

- Rút chân phải về tư thế chuẩn bị, đẩy chưởng tới rồi rút về ngang hông như hình 1.



Hình 4

PHƯỢNG HOÀNG XUYÊN VÂN THỦ



Hình 5

- Bước chân phải lên đinh tấn, chém song tô ngang sang phải.



Hình 6

- Bước chân trái lên đinh tấn, chém ngang song tô sang trái.

KHẤU ĐỊA NHẤT THỨC PHI



Hình 7

Bước chân phải lên, chụm hai chân lại, đồng thời chặt song tô xuống trước.

Nhẩy dang hai chân ra trung bình tấn và chém song tô ngang hai bên.



Hình 8

NHỊ BIÊN LIÊN ĐỒNG THỦ



Hình 9

- Bước chân phải lên chém vớt song tô sang phải.

- Bước chân trái lên chém vớt song tô sang trái.



Hình 10



Hình 11

- Xoay song tô sang đầu, xoay người sang phải đứng xà tấn, chém song tô về phía trước.

- Xoay người ngược trở lại vớt song tô lên.



Hình 12

HỒI LONG BIÊN QUÁ HẢI



Hình 13

- Nhảy lên đá bằng mũi bàn chân phải lên phía trước.

- Vừa nhảy về phía sau vừa chém song tô vô và ra hai bên, đứng trụ bằng chân phải, chân trái co. Tô trái đỡ ngang phía dưới, tô phải đỡ ngang trên đầu.



Hình 14



Hình 15

- Hớt xuống, chân phải đứng trước; chặt song tô xuống trước mặt.



Hình 16

Chém dạt song tô vô và ra hai bên.

ĐẢ PHÁ TAM MÔN CHÙY



Hình 17

- Xếp song tô sát vào chỏ.

Bước chân trái sang trái, đồng thời tô trái đỡ sang trái, tay phải đánh chỏ ngang tới trước.



Hình 18



Hình 19

- Tô phải đỡ trước ngực tô trái độn lên.

- Bước chân phải sang phải, đỡ tô phải sang phải, tô trái đánh chỏ ngang tới trước.



Hình 20



Hình 21

- Tô trái đỡ trước ngực, tô phải độn lên phía trước.



Hình 22

- Bước chân trái lên trước về phía mặt 1, tô trái đỡ gạt sang trái.



Hình 23

- Đánh chỏ ngang bằng tô phải.

- Tô phải xếp trước ngực độn chỏ trái lên.



Hình 24

ĐÁO LẠI TAM CHIẾN ĐẢ



Hình 25

- Nhả song tô ra nắm lại như lúc đầu, bước chân phải lên chém vớt song tô sang phải.



Hình 26

- Bước chân trái lên chụm hai chân lại, chặt song tô xuống trước mặt.



Nhảy dạt chân sang hai bên chém song tô vô và ra ngang vai.

Hình 27

- Bước chân trái lên trước, chéo 45°, chém song tô ngang sang trái.



Hình 28



Hình 29

- Bước chân phải lên phía trước xéo 45^0 chém ngang song tô sang phải.

- Loan song tô qua đầu đồng thời quay về phía sau (mặt 2) chém ngang song tô.



Hình 30

HỒI VĨ PHƯỢNG ĐẢO MÔN



Hình 31

- Xếp tô trái vào chỏ đồng thời bước chân phải lên, tay trái gạt xuống, đâm tô phải tới trước.



Hình 32

- Bước dạt chân phải sang phải 45° chém song tô sang phải.



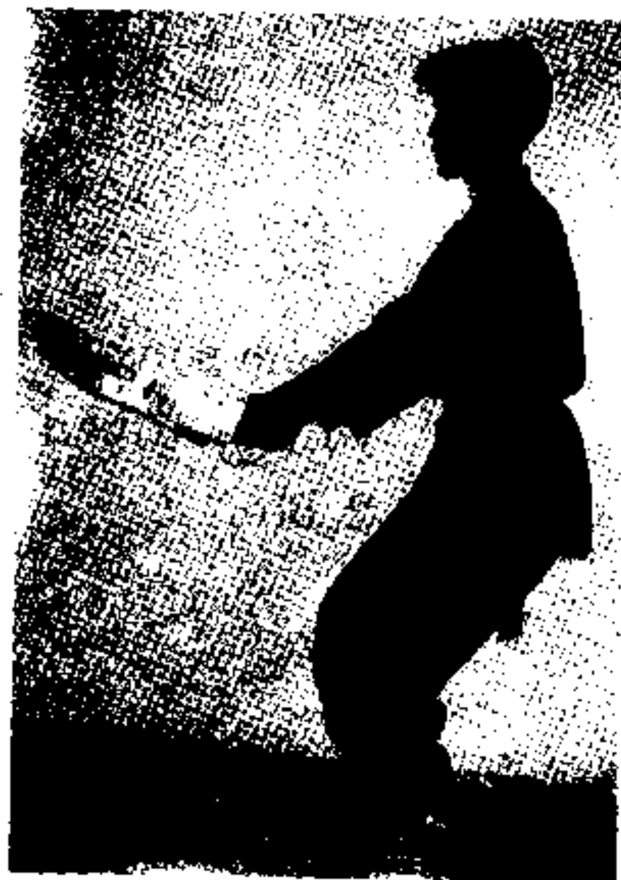
Hình 33

- Chém song tô vô ra hai bên 2 lần.

- Bước chân trái tới trước, tô phải gạt xuống, tô trái đâm thẳng trước mặt.



Hình 34



Hình 35

- Bước chân phải lên chụm hai chân lại đồng thời chặt song tô xuống trước mặt.



Hình 36

Nhảy dang hai chân chém song tô vô và ra 2 bên.

PHƯỢNG LOAN XUYÊN PHONG VŨ



Hình 37

- Xếp song tô sát chỏ, bước chân phải lên đánh chỏ phải xuống.



Hình 38

- Xoay lưng đánh giựt chỏ trái.

(Cứ hai động tác trên lập lại 3 lần)

PHẢN ĐỊA PHIÊU THÂN CƯỚC



Hình 39

- Sau khi hết 3 lần (xoay lưng đánh chỏ trái), nhảy chồm về phía trước mặt chụp xuống đất.

- Nhảy ngược về phía mặt II, đá mũi chân phải lên.



Hình 40



- Rớt hai chân xuống, đâm song tô tới trước.

Hình 41



- Chém dạt song tô vô và ra hai lần.

Hình 42

PHƯỢNG DỰC ĐÁO LAI CHÙY



- Quay về mặt 1, xếp tô trái gạt xuống, chém tô phải trước mặt.

Hình 43

- Xếp tô phải sát chỏ, đá đảo sơn chấn phải.



Hình 44



Hình 45

- Đánh quặp chỏ phải xuống trước mặt.

- Xoay lưng, đánh chỏ vòng tô trái.



Hình 46



Hình 47

- Nhảy chồm về trước mặt và chụp xuống đất.

- Nhảy ngược về mặt 1, đá bằng mũi bàn chân phải.



Hình 48



Hình 49

- Rớt xuống, thả song tô ra đồng thời đâm tới trước.



Hình 50

- Xếp song tô vào chỏ gạt tô trái, lên gối trái đồng thời đánh chéo tô phải.



Hình 51

- Đặt chân trái xuống, gạt tô phải, lên gối phải rồi đánh chéo tô trái.

- Bỏ chéo chân phải về phía sau xà tấn tay phải gạt xuống, tô trái đỡ trên đầu.



Hình 52



Hình 53

- Đứng dậy, xoay người đánh chỏ trái về mặt 1.



Hình 54

- Đá đảo sơn bằng chân phải về phía mặt 1.



- Đặt chân phải xuống rồi bay vòng 360^0 đá đảo sơn bằng chân phải.

Hình 55



- Rớt xuống, chặt song tô tới trước mặt.

Hình 56



Hình 57

- Nghiêng về phía sau tô phải gạt xuống, tô trái đỡ trên đầu.

- Nhảy vòng người về phía sau, tay trái xếp tô lại gạt xuống, rồi đâm tô phải về phía trước (mặt 1).



Hình 58



Hình 59

- Nhảy vòng về phía sau tọa tấn, mặt hướng về mặt 1 tay phải đỡ tô lên đầu tay phải gạt xuống dưới.

- Nhảy lên đá bằng mũi bàn chân phải.



Hình 60



Hình 61

- Rớt xuống, chân phải đứng trước, chặt song tô xuống trước mặt.



Hình 62

- Chập song tô lại, tay trái cầm tô, tay phải choàng qua trái, bước chéo chân trái lên phía trước.



Hình 63

- Bước chân phải lên đưa song tô lên ngang ngực.



Hình 64

- Rút chân về lập tấn ở tư thế chuẩn bị, bái tổ. Hết bài.

LỜI THIỆU

THẢO BỘ TỨ HẢI

1. *Tả hữu thiết,* trảo *dương mai.*
2. *Ngũ thống khước liên Quan Âm đồng tử.*
3. *Thiết đảo mã phục hổ triển thân.*
4. *Hạc cấp xả thân liên hoàn phóng tiễn.*
5. *Hắc ngưu giảo đầu kim kê đả ngô công.*
6. *Phù sa cãi dực tả hữu tọa bát.*
7. *Thái hổ phong môn lạc xã ấn chưởng.*
8. *Đả phá tam tinh ô dâng kỳ túc.*
9. *Chiến đả tam quan, hồi thân phi báo.*
10. *Phá tứ môn lập như tiền.*

HỒI ĐẦU BÁI TỔ



Hình 1

- Đứng lập tấn, 2 tay để 2 bên hông.

- Nhảy 2 chân ra, trung bình tấn đánh 2 ức bàn tay xuống.



Hình 2



Hình 3

- Vòng hai tay qua bên trái, chân trái bước lên xà tấn.



Hình 4

- Bước chân phải lên theo tấn chảo mã, chào quan khách.

TẢ HỮU THIẾT TRẢO DƯƠNG MAI



Hình 5

- Co chân trái, chặt tay trái xuống, tay phải che ngang ngực.

- Bỏ chân trái xuống gạt tay trái, đồng thời bước chân phải sang trái chảo mã bắt tay hầu phải.



Hình 6



- Bước chân trái lên chảo mã bắt tay hầu trái.

Hình 7

- Xoay lại mặt 1. Co chân phải chặt tay phải xuống, tay trái che ngang ngực.



Hình 8



Hình 9

- Đặt chân phải xuống, gạt tay phải sang bên phải bước chân trái lên chảo mã bắt hầu tay trái.

- Bước chân phải lên chảo mã, bắt tay hầu phải, tay trái để ngang hông.



Hình 10



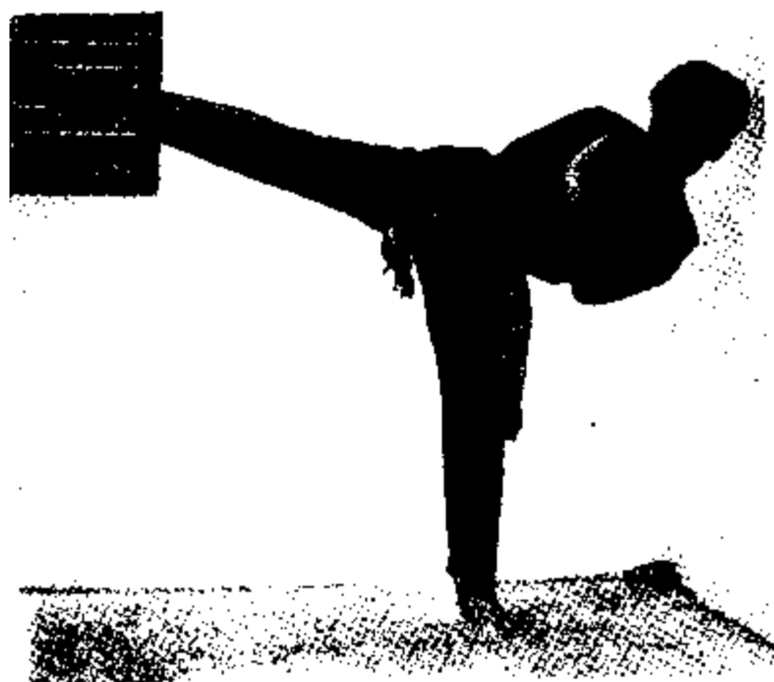
Hình 11

- Xoay người lại mặt 1, chảo mã chân trái trước, bắt hầu tay trái.

- Gạt tay trái kéo về hông, tay phải từ ngoài vả (tát) vô trước mặt. Đinh tấn chân trái trước.



Hình 12



- Nghiêng người đá đảo sơn chân phải, tay phải che hạ bộ, tay trái che trước ngực.

Hình 13

- Nhảy chuyền tới đá móc gót chân phải.



Hình 14



Hình 15

- Ngồi xuống chống tay, quét tảo địa chân trái từ trái sang phải.



Hình 16

- Nhảy lên đá thăng long cước chân phải.



Hình 17

- Rớt xuống chân phải trướcchảomã bắt tay hầu phải.



Hình 18

- Tay trái hốt chân từ trong ra ngoài, tay phải đánh chỏ ngang đinh tấn chân phải trước.



- Kéo chân phải về chảo mã bắt tay hầu phải.

Hình 19

NGŨ THỐNG KHƯỚC LIÊN QUAN ÂM ĐỒNG TỬ

- Gạt tay phải bước chân trái lên đinh tấn đấm tay trái.



Hình 20



Hình 21

- Chân giữ nguyên bắt tay hầu trái.



Hình 22

- Kéo chân trái về sau, âm dương tấn, đấm tay phải xuống.



- Bước chân phải về sau trước chân trái âm dương tấn đồng thời xoay người đánh chỏ vòng tay trái.

Hình 23

- Nhảy chân phải lên hướng mặt 1 đinh tấn gạt ém tay trái, tay phải móc lên.



Hình 24



- Kéo chân trái lên bỏ ngang qua trung bình tấn hai tay chấp lại trước ngực.

Hình 25

THIẾT ĐẢO MÃ PHỤC HỔ TRIỂN THÂN



- Nhảy lui chân phải về chân trái co, tay trái để ngang hông tay phải che trước ngực.

Hình 26



Hình 27

- Nhảy lên đá thăng long cước chân phải.



- Rớt xuống, ngồi chụp xuống đất quét tảo địa chân trái.

Hình 28



Hình 29

- Nhảy lên đá thăng long cước bằng chân phải.



Hình 30

- Rớt xuống chồm người tới đánh chỏ ngang phải, chảo mã tấn.



- Đẩy chân phải tới đinh tấn bật ngược nắm tay phải ra trước.

Hình 31



- Gạt tay phải kéo về hông, đấm tay trái. Chân không đổi.

Hình 32



Hình 33

- Ngã người về sau âm dương tấn, tay trái che ngang ngực, tay phải che hạ bộ.

- Nhảy chân phải về sau tọa tấn hai tay chụp đất.



Hình 34



Hình 35

- Nhảy lên đá thăng long cước chân phải.



Hình 36

- Rớt xuống chân phải trước đinh tấn đánh xoắn 2 cạnh ức bàn tay tới trước.

HẠC CẤP XẢ THÂN LIÊN HOÀN PHÓNG TIỄN



Hình 37

- Nhảy lùi về sau, chân phải co lên, chặt tay phải xuống, tay trái thủ ngang ngực.

- Bỏ chân phải về tréo chân trái, xoay người lại, co chân trái lên đồng thời tay trái chặt xuống, tay phải thủ ngang ngực.



Hình 38



- Nhảy chân phải tới mặt 1 ém tay trái, xỉa tay phải, chảo mã tấn.

Hình 39

HẮC NGƯU GIÁO ĐẦU KIM KÊ ĐẢ NGÔ CÔNG

- Bước chân trái lên trước chân phải xà tấn, đánh chỏ ngang phải.



Hình 40



Hình 41

- Bước chân phải ngang qua trung bình tấn hai tay cung ngang đầu.



Hình 42

- Kéo chân trái về sau ngã về âm dương, tay trái che ngang ngực, tay phải che bộ hạ.



Hình 43

- Nhảy chân phải về sau chân trái co, tay phải che trước ngực, tay trái ngang hông.

- Nhảy lên đồng thời tay phải giơ cao, rớt xuống tọa tấn chân phải trước tay phải xòe chọc đầu ngón tay xuống đất, tay trái thủ gần cằm.



Hình 44

PHÙ SA CẢI DỰC TẢ HỮU TỌA BÁT



Hình 45

- Đứng lên xoay ra sau (mặt II) chảo mã, tay xòe chưởng trước ngực, tay phải ngang hông .

- Gạt tay trái bước chân phải lên trung bình tấn, bật tay phải (nhớ ghìm lại).



Hình 46



Đứng tấn giữ nguyên 2 tay chặt vô và giựt chỏ ra 2 bên.

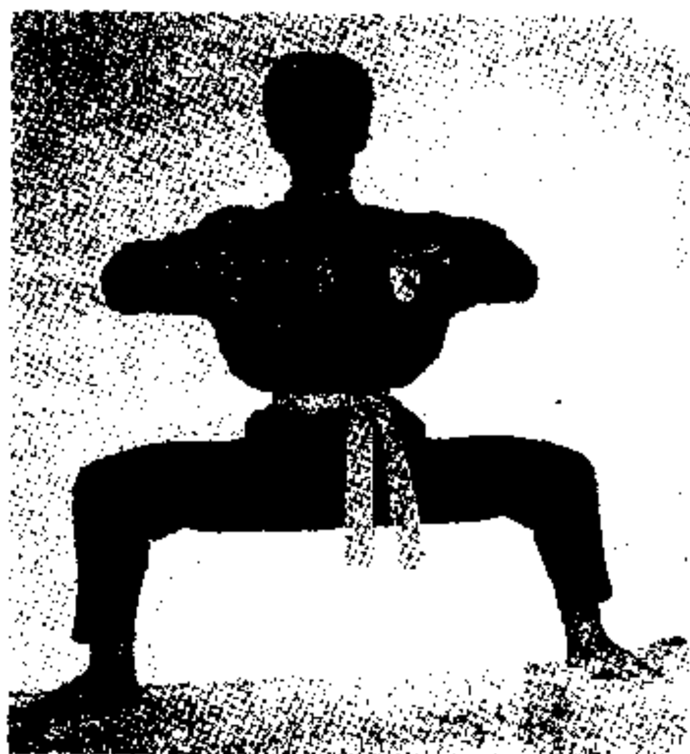
Hình 47

THÁI HỔ PHONG MÔN LẠC XÃ ẤN CHƯỞNG

- Xoay người lại bước chân trái lên hướng mặt II đồng thời gạt tay phải đốn tay trái.



Hình 48



Hình 49

- Đứng trung bình tấn, hai tay chặt vô, giựt chỏ ra 2 bên.



Hình 50

- Nhảy chân phải lên đinh tấn chân phải trước ém tay trái, móc tay phải lên.



Hình 51

- Bước chân trái lên, đá chân phải sang bên phải.



Hình 52

- Bỏ chân phải qua trước chân trái tay thủ như hình.



- Đạp bàng long chân trái qua bên trái.

Hình 53

- Bỏ chân trái về sau ngã về âm dương, tay thủ như trong hình.



Hình 54



- Nhảy chân phải về mặt I tọa tấn chân trái trước, tay trái thủ ngang hông, tay phải che trước mặt.

Hình 55

Đứng dậy bước chân phải lên trước, hai tay từ dưới đánh móc lên.



Hình 56



- Nhảy lết tới ém tay trái, tay phải móc lên bằng trảo

Hình 57

- Vòng 2 tay ém tay trái chặt tay phải.



Hình 58



- Bước chân trái lên gạt tay trái, đồng thời bước chân phải lên gạt tay phải tay trái kéo về hông.

Hình 59



- Bước chân trái lên, tay phải kéo về hông, tay trái gạt ra.

Hình 60



- Bước chân phải tới ém, tay trái kéo về hông, đánh chưởng tay phải tới trước.

Hình 61

ĐÃ PHÁ TAM TINH Ô DẬNG KỲ TÚC

- Nhảy lui về sau, chân phải đạp phía dưới, tay thủ như hình.



Hình 62



Hình 63

- Co chân phải lại đạp bàng long, tay trái che ngực, tay phải che hạ bộ.



Hình 64

- Để chân xuống đinh tấn, ém tay trái xuống, tay phải đấm xéo xuống đất.



Hình 65

- Kéo chân phải vô chảo mã nắm tay phải lật ngửa đập vào lòng bàn tay trái.

CHIẾN ĐẢ TAM QUAN HỒI THÂN PHI BÁO



Hình 66

- Xoay lại mặt I đứng chảo mã chân trái trước, tay thủ như hình.



Hình 67

- Bước chân phải lên trung bình tấn,đánh chỏ ngang phải đập vào bàn tay trái.



Hình 68

- Bước chân trái tới mặt I, chảo mã, tay trái gạt, tay phải thủ ngang hông bước tới 2 lần.



Hình 69

- Gạt tay trái bước chân phải lên trung bình tấn đánh chỏ ngang phải đập vào bàn tay trái.

- Nhảy vòng chân phải về sau chảo mã chân phải trước, ém tay trái móc tay phải lên.



Hình 70

PHÁ TỨ MÔN LẬP NHƯ TIỀN



Hình 71

- Bước chân trái qua bên phải, đập chỏ trái, chân đứng chảo mã.



Hình 72

- Xoay người lại bỏ chân phải về sau đinh tấn, đánh chỏ vòng tay phải.



Hình 73

- Gạt tay trái bước chân phải lên chảo mã đánh đập chỏ phải vào bàn tay trái.

- Xoay người lại, bỏ chân trái về sau, đinh tấn phải đánh chỏ vòng trái.



Hình 74



Hình 75

- Kéo chân trái lên mặt I chảo mã đánh đập chỏ trái vào bàn tay phải.



Hình 76

- Xoay người bỏ chân phải về đinh tấn, đánh chỏ vòng tay phải.



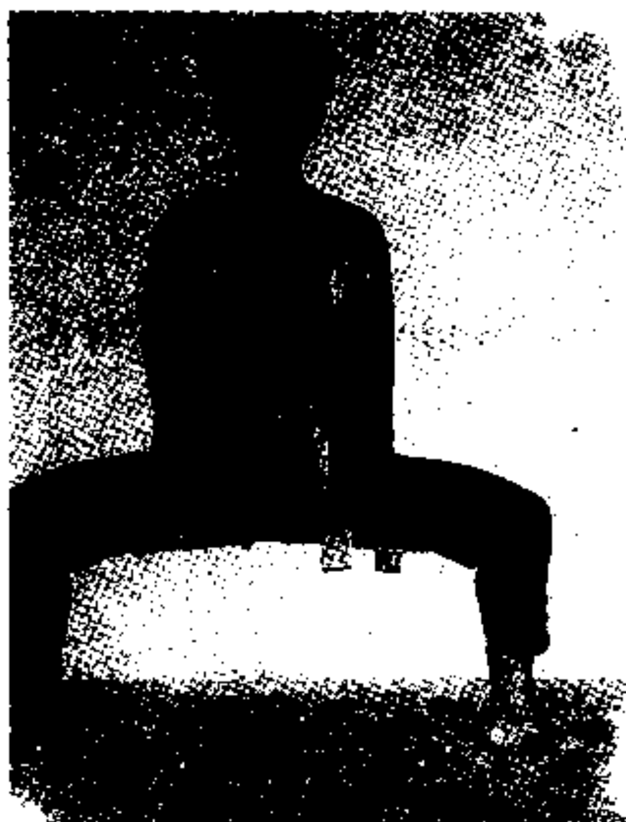
Hình 77

- Nhảy vòng chân phải về mặt II, đinh tấn chân phải trước, móc tay phải lên, tay trái ém.



Hình 78

- Kéo chân trái lên bằng chân phải 2 tay kéo về 2 bên hông.



- Nhảy dang hai chân ra trung bình tấn, đánh 2 ức bàn tay xuống.

Hình 79



- Vòng 2 tay qua bên trái, chân trái bước lên xà tấn.

Hình 80